

UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE - UNESC

CURSO DE PSICOLOGIA

ALEXIA NAGEL DOS SANTOS

**PRINCIPAIS DESAFIOS ENCONTRADOS POR
PESSOAS COM TRANSTORNOS ALIMENTARES
DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19**

CRICIÚMA

2022

ALEXIA NAGEL DOS SANTOS

**PRINCIPAIS DESAFIOS ENCONTRADOS POR
PESSOAS COM TRANSTORNOS ALIMENTARES
DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC),
apresentado para obtenção do grau de
Bacharel em Psicologia, do Curso de
Psicologia da Universidade do Extremo Sul
Catarinense – UNESC.

Orientadora: Prof^ª Ma. Fernanda de Souza de
Oliveira Fernandes.

CRICIÚMA

2022

ALEXIA NAGEL DOS SANTOS

**PRINCIPAIS DESAFIOS ENCONTRADOS POR
PESSOAS COM TRANSTORNOS ALIMENTARES
DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC),
apresentado para obtenção do grau de
Bacharel em Psicologia, do Curso de
Psicologia da Universidade do Extremo Sul
Catarinense – Unesc.

Criciúma, 24 de novembro de 2022

BANCA EXAMINADORA

Fernanda de Souza de Oliveira Fernandes - Mestre - Orientadora

Denise Nuernberg - Especialista

Viviane Oliveira de Almeida Jeremias - Mestre

CRICIÚMA

2022

RESUMO

A presente pesquisa trata-se de um estudo sobre os principais desafios encontrados por pessoas com transtornos alimentares durante a pandemia, sob a ótica da abordagem psicológica do Psicodrama. Essa pesquisa tem como objetivo geral compreender os principais desafios encontrados por pessoas com transtornos alimentares durante a pandemia de COVID-19, e objetivos específicos de descrever o cenário da pandemia de COVID-19 para pessoas com transtornos alimentares e identificar as principais estratégias de enfrentamento utilizadas por indivíduos com transtornos alimentares na pandemia. Trata-se de uma pesquisa de caráter bibliográfico, do tipo revisão narrativa, de natureza exploratória e descritiva, envolvendo a produção científica, disponível, no período de 2020 - 2022. A pesquisa se baseou em 15 publicações selecionadas e analisadas, que abordassem a temática, disponíveis na plataforma Google Acadêmico. De acordo com o estudo, é possível mostrar os impactos da pandemia e isolamento social percebidos em pessoas com transtornos alimentares, além de fatores de risco para desencadeamento em indivíduos que não apresentavam sintomas anteriormente. Sendo assim, alguns dos principais desafios encontrados por pessoas com transtornos alimentares durante a pandemia foram o isolamento social, a interrupção da rotina, a incerteza e ansiedade causada pelo cenário de insegurança, a privação de uma rede de apoio, a dificuldade de acesso a medicamentos e locais de prática de exercícios físicos.

Palavras-chave: Transtornos Alimentares; Pandemia; COVID-19; Desafios; Estratégias de Enfrentamento.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	5
1.1 HIPÓTESE	5
2 OBJETIVOS	7
2.1 OBJETIVO GERAL	7
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	7
3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	8
3.1 PSICODRAMA	8
3.2 TRANSTORNOS ALIMENTARES	11
3.2.1 Transtornos alimentares na visão do Psicodrama	15
3.3 TRANSTORNOS ALIMENTARES DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19	18
4 METODOLOGIA	22
4.1 TIPO DE PESQUISA	22
4.2 COLETA DE DADOS	22
4.3 ANÁLISE DOS DADOS	24
5 RESULTADOS	25
6 DISCUSSÃO	31
6.1 O CENÁRIO DA PANDEMIA PARA PESSOAS COM TRANSTORNOS ALIMENTARES	31
6.2 PRINCIPAIS DESAFIOS ENCONTRADOS	33
6.3 ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO UTILIZADAS	35
7 CONSIDERAÇÕES FINAIS	38
REFERÊNCIAS	40

1 INTRODUÇÃO

Tendo em vista a grande quantidade de pessoas com transtornos alimentares, é sabido que tais transtornos provocam impactos e causam sofrimento às pessoas que passam por essas experiências. Portanto, é importante conhecer os principais desafios e desenvolver estratégias para enfrentar os sintomas e reduzir riscos.

Sabe-se também, que com a pandemia de COVID-19, as pessoas foram mantidas em casa, muitas vezes isoladas de suas famílias, amigos e rede de apoio. Tal isolamento pode trazer prejuízos à saúde mental, principalmente em indivíduos que apresentam transtornos físicos e/ou psicológicos.

De acordo com Ramírez-Ortiz et al. (2020 apud VIANA; ANDRADE, 2021), a pandemia é um período sensível, que envolve alterações na rotina dos indivíduos, e que cenários adversos como tal podem gerar consequências psicológicas para aqueles que já se encontram em estado de vulnerabilidade.

Além disso, é importante salientar que a assistência a indivíduos com transtornos alimentares foi afetada pela pandemia por conta das restrições para que se cumpra o distanciamento físico (COUTINHO et al., 2021).

Desta forma, buscou-se desvendar os impactos da pandemia em indivíduos com transtornos alimentares, os principais desafios encontrados e estratégias de enfrentamento utilizadas durante esse período, sob a ótica da abordagem psicológica do psicodrama.

Assim, a psicologia é considerada como uma área de conhecimento onde há a necessidade de elaboração de estudos e pesquisas que possam contribuir na compreensão da problemática e das estratégias de enfrentamento utilizadas por pessoas com transtornos alimentares durante a pandemia. Desta forma, a questão que norteou este trabalho foi: quais os principais desafios encontrados por pessoas com transtornos alimentares durante a pandemia de COVID-19?

1.1 HIPÓTESE

Por conta da falta de soluções farmacológicas e imunizantes, inicialmente, a pandemia de COVID-19 resultou no isolamento e distanciamento social das pessoas. Isso, em muitos casos, causou a separação de pessoas de seus grupos de apoio e serviços de saúde.

Essa separação afeta diretamente o tratamento e enfrentamento de pessoas com saúde mental fragilizada, sendo as pessoas com transtornos alimentares especialmente afetadas. Além disso, o medo de contágio, perda de pessoas próximas, ansiedade e sensação de falta de controle podem levar à piora de sintomas, principalmente devido a dificuldade de acesso a serviços de saúde.

Desta forma, espera-se que outras estratégias de enfrentamentos tenham sido adotadas durante esse período, como estabelecimento de rotinas e suporte remoto.

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Compreender como as pessoas com transtornos alimentares lidam com o contexto da pandemia de COVID-19.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar o cenário da pandemia de Covid-19 para pessoas com transtornos alimentares;
- Descrever os principais desafios encontrados por pessoas com transtornos alimentares durante a pandemia;
- Identificar as principais estratégias de enfrentamento utilizadas por indivíduos com transtornos alimentares na pandemia de Covid-19;
- Apresentar os principais conceitos do psicodrama, relacionando com os dados encontrados na pesquisa.

3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

3.1 PSICODRAMA

O criador do Psicodrama, Jacob Levy Moreno, nasceu no ano de 1889, na Romênia. De família judia, mudou-se para Viena, na Áustria, aos 5 anos de idade. A espontaneidade sempre foi muito valorizada em suas brincadeiras na infância e em suas experiências na juventude. Moreno estudou medicina e formou-se em 1917, período no qual trabalhou em psiquiatria. Além disso, fez trabalhos grupais com prostitutas e em um campo de refugiados (GONÇALVES; WOLFF; ALMEIDA, 1988).

Para Moreno, o psicodrama surgiu do jogo, ligado à espontaneidade e à criatividade. “A atitude lúdica conduziu Moreno ao teatro de improvisação e depois ao teatro terapêutico, que alcançou seu cume na inversão de papéis, no psicodrama e sociodrama de nossos dias” (FONSECA, 1980, p. 7).

Segundo Fonseca (1980, p. 5), a obra de Moreno é dividida em cinco fases:

A primeira seria a fase religiosa; a segunda, a da criação do psicodrama; a terceira, a da psicoterapia de grupo; a quarta, a da sociometria, e a quinta, a da sociatria. Esta última seria uma espécie de psicoterapia da humanidade, ou seja, uma concepção psicológica para levar a humanidade a sentir e buscar o que realmente necessita.

De acordo com Gonçalves, Wolff e Almeida (1988, p. 17), “a última etapa de sua vida foi marcada pelo diálogo com terapeutas de outras linhas, visando esclarecer os fundamentos de sua proposta como pesquisador e psicoterapeuta”. Jacob Levy Moreno morreu aos 85 anos de idade, em 1974.

“Moreno nunca trabalhou ao estilo psicológico de escutar horas intermináveis seus pacientes, numa atitude mais passiva do que ativa. Sempre foi muito atuante” (FONSECA, 1980, p. 6).

Moreno demonstrava aversão ao divã psicanalista, que mantém o paciente estático, tendo preferência por espaços maiores que permitissem maior liberdade de movimento e ação (FONSECA, 1980).

O psicodrama apresenta técnicas clássicas, que são assim chamadas pois servem de base ou fundamento para as outras técnicas. São elas: Duplo, Espelho, e Inversão de Papéis.

Segundo Cukier (1992), a técnica do duplo tem o objetivo de auxiliar o paciente a entrar em contato com a emoção não verbalizada, de forma que ele consiga expressá-la.

Já na técnica do espelho, o terapeuta se coloca na postura do paciente em determinado momento, com o objetivo de auxiliar a autopercepção do paciente. Trata-se de um recurso útil para finalização de dramatizações. Além disso, é uma das técnicas que melhor favorece o insight (CUKIER, 1992).

Enquanto isso, a técnica da inversão de papéis, segundo Cukier (1992), trata-se de uma das técnicas clássicas mais utilizadas. Através dela, o paciente vivencia o papel do outro, além de entrar em contato com informações sobre seu papel, facilitado por conta do distanciamento dele.

Dentro do psicodrama, Fonseca (1980) define um modelo de desenvolvimento segundo o núcleo do eu, composto por dez fases, sem uma preocupação cronológica rigorosa. As fases por ele definidas são: indiferenciação, simbiose, reconhecimento do eu, reconhecimento do tu, relações em corredor, pré-inversão, triangulação, circularização, inversão de papéis, e encontro.

Iniciando na fase da Indiferenciação, a criança não sobrevive por si só, se confundindo com a mãe e necessitando de seus cuidados, alguém que faça o que não pode fazer. “É muito comum, o ‘sexto-sentido’ (tele) materno detectar certos estados na criança, que outros não percebem”. Esta fase de identidade serve como base teórica para a técnica do Duplo (FONSECA, 1980, p. 80).

Com o desenvolvimento da criança, ela vai formando sua identidade como pessoa, sua individualidade. Trata-se da fase da Simbiose. Nesta fase, a criança vai melhor conseguindo se separar do “tu”, do “outro”, porém não totalmente, continuando fortemente ligada à mãe. “A permanência desse anel de ligação, ou o seu não desligamento definitivo, poderá gerar inconfundíveis traços na personalidade do futuro adulto e em sua maneira de ser no mundo” (FONSECA, 1980, p. 86). Esta fase de identidade também é regida pelo princípio do duplo.

De acordo com Fonseca (1980), a próxima fase é a de Reconhecimento do Eu, quando a criança passa por um estágio de reconhecimento de si mesma, descobrindo sua identidade, tomando consciência de seu corpo no mundo, percebendo-o como separado da mãe e do mundo.

A partir desta fase, a criança passa a distinguir sua fisiologia, identificando sensações corporais, como fome, sono e dor (FONSECA, 1980).

Todos sabem que a criança diante do espelho, em uma fase mais precoce, não se reconhece [...]. Mais tarde, toma consciência que a imagem refletida é ela mesma, reconhece-se. Passa a jogar seu próprio papel, existe como individualidade. Sente-se o centro do mundo. [...] Esta fase corresponde ao ‘processo do reconhecimento do Eu’, ou ‘fase do espelho’, e, a rigor, está sempre presente na história de um ser humano (FONSECA, 1980, p. 87).

Segundo Fonseca (1980), a fase do Reconhecimento do Eu serve como base para a técnica do espelho, que consiste em o paciente ver-se através do desempenho de seu papel pelo outro.

O Reconhecimento do Eu faz parte do mesmo processo do Reconhecimento do Tu, a fase seguinte. Ao mesmo tempo em que se está reconhecendo como pessoa, também está descobrindo o outro. “Trata-se de uma fase em que ela descobre que o outro sente e reage em relação às suas iniciativas” (FONSECA, 1980, p. 89).

A quinta fase trazida por Fonseca (1980, p. 89) é a fase das Relações em Corredor. “Aqui temos o esboço, os primeiros ensaios da inversão de papéis que se concretizará mais tarde [...]”.

A criança se relaciona com os “tus”, não apenas a mãe. Faz relacionamentos exclusivistas e possessivos, a criança tem a sensação que o tu existe apenas para ela mesma (FONSECA, 1980).

A próxima fase de identidade é a fase da Pré-Inversão:

Se repararmos bem na criança, vamos observar que, em certa fase, ela inicia o processo de inversão de papéis. Processo que vem sendo esboçado ao jogar seu papel (papel do Eu) no mundo, inicialmente, depois jogando o papel do outro (do Tu), sendo outras pessoas, animais, objetos. Às vezes, faz de conta que é o cachorrinho, o ladrão, o médico, etc. Realiza o jogo do papel do tu, mas sem a inversão, sem reciprocidade (FONSECA, 1980, p. 90).

Segundo Fonseca (1980), a fase da pré-inversão trata-se de uma espécie de treinamento para adquirir a habilidade de inverter papéis de forma igualitária. Este processo se desenvolverá de forma completa apenas na fase adulta.

A fase seguinte, da Triangulação, onde “o aspecto comunicacional do relacionamento, que antes era bipessoal, passa a ser triádico” (FONSECA, 1980, p. 91).

Para Fonseca (1980), nesta fase, a criança passa a perceber que além do Eu e do Tu, também existe um Ele, que se relaciona com ambos. É como se tivesse perdido seu Tu, como se o Tu tivesse sido roubado.

A resolução ideal dessa “crise de triangulação” seria aquela em que a criança pudesse aceitar a realidade de que os “outros” têm relacionamentos independentemente dela e, que necessariamente não estaria ameaçada de perda afetiva com isso (FONSECA, 1980, p. 93).

Após superada a fase triangular, a criança estará preparada para se relacionar com mais mais pessoas. Esta fase é chamada de Circularização, onde a criança entra em contato com grupos, na escola, por exemplo. “Assim, a fase de

circularização representa a entrada do ser humano na vivência sociométrica dos grupos” (FONSECA, 1980, p. 95).

De acordo com Fonseca (1980), depois de passar por esse “treinamento”, o ser humano consegue atingir a capacidade de realizar uma relação humana de reciprocidade, chamada de fase da Inversão de Papéis, que serve de embasamento para a técnica psicodramática também chamada de Inversão de Papéis.

A inversão de papéis significa incluir-se do outro lado [...], e vice-versa. Significa que A e B, Eu e Tu, sejam presentes e em condições de captar-se a si mesmos e ao outro com a respectiva troca de posições. É a possibilidade de comunicação verdadeira e profunda entre duas pessoas. À medida que o ser humano ganha capacidade para se colocar no lugar do Tu, e permite que este se coloque em seu lugar, ganha um melhor conhecimento da realidade de outros mundos pessoais e, conseqüentemente, também do seu (FONSECA, 1980, p. 96).

Esta fase, segundo Fonseca (1980), é a culminância do desenvolvimento da tele, sendo indicativo de maturidade e saúde psicológica.

A décima fase apresentada por Fonseca (1980, p. 97) é chamada de Encontro. “O encontro acontece [...] de forma tão intensa que a espontaneidade-criatividade presente é liberada no ato de entrega mútua. É um instante ‘louco’ que representa um momento de ‘saúde’ da relação”.

As fases da Matriz de Identidade são essenciais para a compreensão da constituição da identidade psicossocial do sujeito.

3.2 TRANSTORNOS ALIMENTARES

Segundo a American Psychiatric Association (2014), transtornos alimentares podem ser definidos a partir de alterações persistentes na alimentação ou comportamento alimentar, resultando no comprometimento significativo da saúde física e funcionamento psicossocial.

“Os transtornos alimentares são denominados distúrbios psiquiátricos de etiologia multifatorial, caracterizados por consumo, padrões e atitudes alimentares bastante distorcidas e preocupação exagerada com o peso e forma corporal” (ALVARENGA; SCAGLIUSI; PHILIPPI, 2011 apud NUNES; SANTOS; SOUZA, 2017).

Segundo Lima, Rosa e Rosa (2012, p. 261), “transtornos alimentares são patologias de grande importância clínico-social, por apresentarem significativos

graus de morbidade e mortalidade, sendo cada vez mais foco de atenção dos profissionais da área da saúde”.

De acordo com Silva e Almeida (2021), tais transtornos podem prejudicar diretamente a qualidade da vida do indivíduo, afetando sua autoestima, desempenho psicossocial, físico e cognitivo.

O desenvolvimento de transtornos alimentares está associado a fatores biológicos, psicológicos e socioculturais (BANDEIRA et al., 2016 apud NUNES; SANTOS; SOUZA, 2017).

Desta forma, é possível considerar os transtornos alimentares como “fenômenos pluridimensionais resultantes da interação de fatores pessoais, familiares e socioculturais, e se caracterizam por uma preocupação intensa não só com o corpo, mas com o peso e também com os alimentos” (SOUTO; FERRO-BUCHER, 2006 apud CARVALHO; AMARAL; FERREIRA, 2009, p. 201).

Conforme descrito por Silva e Almeida (2021, p. 21), “quanto maior a insatisfação corporal, maior o risco de desenvolvimento de transtorno alimentar”, sendo considerada o principal fator de risco para a doença.

Como mais frequente fator de risco encontrado, a insatisfação da imagem corporal, mantém relação intrínseca com a busca por um padrão de beleza imposto pela sociedade e aprendido durante a infância e adolescência. Ela é apontada como o principal estímulo para o comportamento de risco que pode resultar no desenvolvimento dos transtornos alimentares em estudantes que se sentem frustrados, sobrecarregados e forçados a se inserirem nesse paradigma, principalmente, a população jovem feminina que em maioria se revelou insatisfeita com sua imagem corporal (NUNES; SANTOS; SOUZA, 2017, p. 65).

Segundo Carvalho, Amaral e Ferreira (2009) essa insatisfação corporal apresentada por indivíduos com transtornos alimentares está associada com a depressão e a baixa autoestima.

“A valorização da magreza e a pressão para emagrecer, associadas com fatores biológicos, psicológicos e familiares, geram uma preocupação com o corpo e um pavor patológico de engordar” (CARVALHO; AMARAL; FERREIRA, 2009, p. 202).

De acordo com Bouça e Sampaio (2002 apud NUNES; SANTOS; SOUZA, 2017, p. 66) transtornos alimentares, como a anorexia nervosa e a bulimia nervosa, têm um forte constituinte familiar e essa herança genética pode influenciar as características do indivíduo, podendo “desencadear o evitamento, obsessividade e contenção emocionais, sendo assim, fatores para o desenvolvimento de anorexia nervosa, instabilidade emocional e impulsividade para a bulimia nervosa”.

Os transtornos alimentares tendem a ser mais frequentes na infância e na adolescência (NUNES; SANTOS; SOUZA, 2017).

Segundo Tirico, Stefano e Blay (2010, p. 431):

Os transtornos alimentares representam o terceiro transtorno mental crônico mais comum entre adolescentes do sexo feminino, e embora os efeitos fisiológicos e médicos sejam bem caracterizados, o seu impacto psicológico ainda é pouco compreendido.

Estudos apontam que adolescentes do sexo feminino que praticam dietas e restrição alimentar, percebem tais comportamentos como algo sem impacto para a saúde, sendo que as adolescentes que provocavam vômitos, jejuavam ou comiam compulsivamente acreditavam ter hábitos alimentares normais (VALE; KERR; BOSI, 2011 apud NUNES; SANTOS; SOUZA, 2017).

Nunes, Santos e Souza (2017, p. 67), apontam como fatores de risco para transtornos alimentares:

[...] a insatisfação e distorção da imagem corporal, o excesso de peso ou estado nutricional inadequado (sobrepeso e obesidade), a supervalorização do peso e práticas inadequadas de controle de peso ao longo dos anos, estar exposto a um ambiente universitário estressante, ser estudante de cursos de nutrição e educação física, além da idade, cultura familiar e sexo feminino.

Os riscos para o desenvolvimento de transtornos alimentares são uma realidade em jovens adultos e adolescentes, sendo uma fase em que os indivíduos estão mais suscetíveis a mudanças físicas, biológicas e psicossociais (AINETT, 2017 apud BARROS; PONTES; SILVA, 2021).

O período é marcado por mudanças fisiológicas e bioquímicas no tempo da puberdade, como acúmulo de gordura, principalmente nas meninas, devido a alterações hormonais. As mudanças físicas, ocasionadas por alterações hormonais e o desenvolvimento do corpo, acarretam em consequências psicológicas, pois é neste período que concomitantemente ocorre a construção da identidade. Percebe-se que as meninas ficam facilmente insatisfeitas por desejarem serem mais magras, e os meninos por buscarem um corpo com maior definição muscular. Frente a este cenário, é comum que sejam lançadas mão de algumas estratégias de cunho comportamental, adotadas na esperança de uma mudança na imagem corporal (COPETTI; QUIROGA, 2018, p. 164-165).

Transtornos alimentares são considerados predominantemente femininos: “com uma proporção em adolescentes de 3 mulheres para cada homem. No Brasil a prevalência é de 1,1% a 4,2% da população” (HERCOWITZ, 2015 apud COPETTI; QUIROGA, 2018, p. 164).

As mudanças nos padrões de beleza que vieram com a modernidade são um fator importante no desenvolvimento de transtornos alimentares, porém, segundo Carvalho, Amaral e Ferreira (2009, p. 210):

[...] é importante considerar a etiologia multifatorial dos transtornos alimentares. Por mais que a cultura exerça uma forte influência, ela, por si só, não será determinante. Há de se considerar que é uma diversidade de fatores que interagem entre si, não só para produzir a doença, mas muitas vezes para perpetuá-la. Essa interação diz respeito aos fatores biológicos, genéticos, psicológicos, socioculturais e familiares.

De acordo com Hercowitz (2015 apud COPETTI; QUIROGA, 2018, p. 164), os transtornos alimentares mais comuns são a Anorexia Nervosa e Bulimia Nervosa. “Ambas possuem causas multifatoriais, relacionadas com um somatório de fatores biológicos, psíquicos, sociais, familiares e ambientais”.

A anorexia nervosa é um transtorno no comportamento alimentar com a distorção na autoimagem corporal, sendo caracterizada por uma restrição alimentar autoimposta, características obsessivo-compulsivas e crenças irracionais que complicam o tratamento (FERREIRA, 2018).

Segundo Carmo, Pereira e Cândido (2014), na anorexia nervosa há a perda de peso intensa e intencional, dietas restritivas, busca desenfreada pela magreza, amenorréia e distorção da imagem corporal.

Os sintomas mais frequentes da anorexia nervosa são: amenorreia (interrupção do ciclo menstrual), constipação intestinal, dor abdominal, sensação de plenitude gástrica, intolerância ao frio, fadiga, alopecia, extremidades frias e dificuldade de concentração (AMORAS et al., 2010, p. 242).

Existem dois subtipos na anorexia nervosa: o restritivo e o purgativo, sendo o primeiro caracterizado pela restrição dietética, e o último trata-se de um comer compulsivo, seguido de medidas compensatórias (AMORAS et al., 2010).

Já a bulimia nervosa, segundo Ferreira (2018, p. 172), “se caracteriza por um ciclo de restrição-compulsão-purgação”.

A bulimia pode ser descrita como períodos de grande ingestão alimentar, em um curto período de tempo, associado ao sentimento de descontrole e preocupação excessiva com o controle do peso corporal. Isso leva a que o indivíduo adote medidas compensatórias, para evitar o ganho de peso (CARMO; PEREIRA; CÂNDIDO, 2014).

De acordo com Carmo, Pereira e Cândido (2014, p. 174):

O vômito auto-induzido ocorre em cerca de 90% dos casos, sendo o principal método compensatório utilizado. O efeito imediato provocado pelo vômito é o alívio do desconforto físico secundário à hiperalimentação e a redução do medo de ganhar peso. Outros mecanismos utilizados pelas bulímicas para controle do peso são o uso inadequado de laxantes, diuréticos, hormônios tireoidianos, agentes anorexígenos e enemas. Jejuns prolongados e exercícios físicos exagerados são também formas de

controle do peso. A distorção da imagem corporal, quando existe, é menos acentuada.

A bulimia nervosa também apresenta dois subtipos: o purgativo, que envolve a indução de vômitos ou uso de laxantes, e o não purgativo, que está relacionado ao uso de jejuns ou exercícios de forma excessiva (AMORAS et al., 2010).

Além disso, existe o transtorno de compulsão alimentar, que, segundo Viebrantz (2021), é caracterizado por episódios recorrentes de compulsão alimentar, onde há a ingestão de uma quantidade de alimento definitivamente maior do que a maioria das pessoas comeria no mesmo período de tempo, além de sensação de perda de controle sobre o consumo durante o episódio.

Esses episódios de compulsão alimentar são associados a pelo menos três indicadores: I) comer mais rapidamente que o normal; II) comer até sentir-se desconfortavelmente cheio; III) comer grandes quantidades de alimento na ausência da sensação física de fome; IV) comer sozinho por vergonha do quanto se está comendo; V) sentir-se desgostoso de si mesmo, deprimido ou muito culpado após comer. É necessária a ocorrência desses episódios, em média, por pelo menos uma vez por semana durante 3 meses (HILUY et al., 2019, p. 8).

Além disso, existem outros diagnósticos de transtornos alimentares menos conhecidos, como a pica, que tem como característica principal o consumo de substâncias não nutritivas, de modo persistente por no mínimo de um mês; o transtorno de ruminação, caracterizado pela regurgitação de alimento depois de ingerido, de forma frequente, durante um período de no mínimo 1 mês; e o transtorno alimentar restritivo/evitativo, definido como uma perturbação alimentar manifestada por uma falha persistente em satisfazer as necessidades nutricionais do indivíduo, relacionada à perda de peso ou deficiência nutricional ou psicossocial (HILUY et al., 2019).

É essencial no tratamento de transtornos alimentares que haja a integração das abordagens médica, psicológica e nutricional, sendo a psicoterapia um dos pilares centrais do tratamento. “A constituição de uma equipe multiprofissional é fundamental para o sucesso terapêutico e os profissionais envolvidos devem trabalhar de forma integrada” (APPOLINÁRIO; CLAUDINO, 2000, p. 29).

3.2.1 Transtornos alimentares na visão do Psicodrama

No tratamento de transtornos alimentares, o psicodrama trata-se de uma metodologia que estimula a espontaneidade, a criatividade, a liberdade e a

responsabilidade, levando a um aprendizado que não somente intelectual, mas também sensorial e emocional (RAMOS, 2013).

Segundo Sobreira (2008, p. 4):

Um dos conceitos fundamentais do psicodrama é o da Matriz de Identidade, placenta social do ser humano, o lócus de onde surgem, em fases graduais, o “eu” e suas ramificações. Ela é uma construção simbólica de uma série de circunstâncias fisiológicas, psicológicas e sociais que estão presentes no momento em que o ser humano vem ao mundo, assim como em cada nova situação da vida das pessoas. Nela está inserida a herança cultural de cada novo papel social que a pessoa passa a desempenhar em sua existência.

Na primeira fase da matriz de identidade, a fase da simbiose, tem-se a experiência de que ser corpo é vivenciar um corpo disperso, nesta fase os indivíduos tendem a vivenciar o corpo externo (aparência) e interno (consciência corporal) como uma unidade (BEKKER et al., 2002 apud SOBREIRA, 2008).

Já na fase de reconhecimento do eu, segundo Sobreira (2008, p. 4), “a vivência unitária e subjetiva do Corpo Próprio é agora realizada pela imagem de si mesma, o indivíduo consegue aprender através do espelho. Vivência interna e externa do corpo se completam, surgindo o EU. O corpo vivencia um Corpo Pessoal”.

De acordo com Nunes e Arantes (2013, p. 126), o psicodrama pode ser usado em oficinas sobre transtornos alimentares, uma vez que permite “a organização do ponto de conexão entre a desordem de origem alimentar e suas verdadeiras causas”.

Para Carvalho, Politano e Franco (2008 apud RAMOS et al., 2016, p. 36):

o homem é concebido por Moreno como um ser de relação, atuante no aqui e agora, e deve ser entendido e tratado nas ruas, na vida, no contato e na interação com o outro. Diferentemente de outros autores que consideram o vínculo como um desdobramento da individualidade do homem, Moreno o considera como a matriz da própria individualidade humana. Essa concepção coloca o Psicodrama como referencial teórico privilegiado para tratar do vínculo interpessoal.

Segundo Aplewicz, Best e Camargo (2018, p. 7), o psicodrama pode ser útil no tratamento de transtornos alimentares, permitindo “que se forme uma conexão entre a desordem alimentar e suas causas que sabotam a auto-estima e de sua relação com a imagem, sendo possível rever hábitos que possam ser transformados”.

A família e meios sociais têm grande influência e responsabilidade no desenvolvimento biopsicossocial do sujeito, podendo contribuir na promoção de saúde ou podendo levar ao adoecimento, quando está muito suscetível às

conservas culturais que causam o bloqueio da espontaneidade e, conseqüentemente, sofrimento (GUIMARÃES; NERY, 2021).

No estudo apresentado por Ramos (2013), o psicodrama se mostrou útil para que os indivíduos com transtornos alimentares estudados tivessem maior consciência dos papéis envolvidos em seu tratamento, além dos papéis existentes nos transtornos alimentares, presentes na personalidade do paciente, e expressos através do corpo, por meio dos sintomas que apresentam.

Contudo, em uma intervenção psicodramática, pode ocorrer um processo de descoberta, onde os sintomas que encobrem os papéis patológicos podem ser revelados por meio da dramatização. O protagonista pode descobrir, por exemplo, que os TAs possuem vários papéis como, por exemplo: o de amigo, o de confortador, o de fortalecedor, ou o de punidor (RAMOS, 2013, p. 244).

Segundo Ramos (2013, p. 244), muitas vezes, os transtornos alimentares tendem a trazer o indivíduo para o papel de vítima, de forma a abster-se de suas responsabilidades. A autora levanta a hipótese de que os transtornos alimentares sejam “um papel que a pessoa assume para se proteger dos desafios e obstáculos da vida que ainda não se sente preparada para enfrentar”.

O psicodrama é utilizado como meio para desenvolver o protagonismo do sujeito e sua autonomia no tratamento (RAMOS et al., 2016).

De acordo com Vieira, Torres e Moita (2013 apud RAMOS et al., 2016), o comportamento de ingestão alimentar compulsiva está associado a perturbações emocionais intensas e o psicodrama pode ser utilizado com o objetivo de liberação da espontaneidade e da expressão emocional, de modo a reduzir essas perturbações.

O desenvolvimento da criatividade e da espontaneidade por meio do Psicodrama foi relatado ainda nos estudos de Carnabucci e Ciotola (2013), que demonstraram que o Psicodrama utilizado no tratamento dos TAs é útil para trazer ao paciente maior consciência de seu estado e permitir que ele esteja apto a rever seus papéis desajustados e fazer escolhas mais espontâneas para o desenvolvimento de seu self. Assim, com a dramatização, o paciente pode acessar as forças internas para nomear obstáculos, a fim de resolvê-los, e para ganhar a oportunidade de aumentar sua criatividade (RAMOS et al., 2016, p. 36).

O corpo se expressa e nos expressa. O Psicodrama dá visibilidade a essa expressão, por meio de cenas, que revelam o campo sociométrico do indivíduo (GUIMARÃES; NERY, 2021).

Sobre a bulimia nervosa, Guimarães e Nery (2021) salientam que o corpo e o comportamento em relação ao corpo reproduzem a dinâmica psíquica do indivíduo.

Condutas conservadas, como adotar práticas compensatórias após as compulsões alimentares, bloqueiam a espontaneidade-criatividade e anulam a expressão do eu. Isso leva o indivíduo a sentir frustração e descontentamento consigo mesmo, o que estimula a autoagressividade (GUIMARÃES; NERY, 2021).

De acordo com Guimarães e Nery (2021, p. 41), “nesse sentido, a Bulimia Nervosa também se torna um personagem psicodramático que impulsiona a pessoa ao paradoxo do prazer desconfortável, com culpas, como forma de existência”.

Silva (2010, p. 43 apud GUIMARÃES; NERY, 2021, p. 42), evidencia que o indivíduo com compulsões alimentares acredita que “ingerindo mais comida vai conseguir descarregar a tensão advinda das faltas psicológicas que causaram a sensação de insatisfação”.

Segundo Sobreira (2008), a Matriz de Identidade também é formada por normas sociais, que são consideradas como um alerta importante das atitudes e comportamentos. Dessa forma, é influenciada pelas normas sociais de beleza, feminina principalmente, representada pela magreza.

Conseqüentemente, a identidade é criada através de uma imagem, formada durante a nossa vivência existencial e individual, que é “um reflexo de desejos, emoções e interação com os outros, que se projeta numa permanente evolução dialética inacabada” (SOBREIRA, 2008, p. 5).

Ao identificar qual a fase de desenvolvimento da Matriz de Identidade os indivíduos com transtornos alimentares se encontram, é possível “ajudá-los a vivenciar existencialmente seus próprios comportamentos e atitudes sem que sejam levados a praticar involuntariamente a norma da beleza imposta pela sociedade atual” (SOBREIRA, 2008, p. 5).

Em outras palavras, poderemos ajudá-los a diminuir a discrepância percebida entre o EU e o OUTRO, como também a não chegar a extremos consideráveis (como por exemplo aos distúrbios alimentares), para alcançar os ideais de imagem corporal: a magreza excessiva (SOBREIRA, 2008, p. 5).

Dessa forma, através da psicoterapia psicodramática, é possível o alcance de um maior reconhecimento do eu e aceitação de si por parte do paciente.

3.3 TRANSTORNOS ALIMENTARES DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19

Em 30 de janeiro de 2020, a Organização Mundial de Saúde (OMS) decretou Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional, por conta da grave crise

sanitária global enfrentada com a emergência do vírus da COVID-19, que tem alta taxa de transmissibilidade (COUTINHO et al., 2021).

Segundo Coutinho et al. (2021, p. 2), essa pandemia “é tida como a maior emergência de saúde pública enfrentada pela comunidade internacional em décadas, com repercussões importantes nos domínios político, econômico e psicossocial”.

Trata-se de uma pandemia com características ímpares, dada a extensão, velocidade de crescimento e impacto geral na população e nos serviços de saúde. Além disso, apesar de atualmente já conhecermos os riscos clínicos, transmissibilidade, infectividade, letalidade e mortalidade, as sequelas a médio e longo prazo ainda são pouco conhecidas. As projeções iniciais de demandas avassaladoras de recursos de saúde e subseqüentes mortes relacionadas à doença levaram à adoção de medidas de saúde pública com o intuito de reduzir a rápida propagação da transmissão interpessoal (COUTINHO et al., 2021, p. 2).

De acordo com Alckmin-Carvalho (2021, p. 4), no cenário da pandemia de COVID-19, “as principais preocupações e medos da população têm relação com a infecção pela COVID-19, a transmissão do vírus, o adoecimento e a morte própria ou de entes queridos, o caos econômico e político”.

Durante a pandemia, a assistência a indivíduos com transtornos alimentares foi afetada, como consequência da necessidade de restrições para que se cumpra o distanciamento, motivo para evitar serviços de saúde mental, uma vez que estar fisicamente presente em uma unidade de saúde aumentaria o risco de contágio, e em alguns casos, pelo esgotamento dos recursos de saúde (COUTINHO et al., 2021).

Por outro lado, segundo Coutinho et al. (2021), pode-se identificar no contexto de pandemia uma possível atenuação de gatilhos sociais relacionados a comportamento alimentar desajustado e insatisfação corporal, por conta da diminuição de oportunidades para comparações sociais baseadas no corpo.

A partir da pandemia de COVID-19 foi causado um intenso estresse para as pessoas. O distanciamento e isolamento social, apesar de eficazes para prevenir o contágio da doença, resultou em um aumento de doenças mentais, como os transtornos alimentares (VIEBRANTZ, 2021).

De acordo com Alckmin-Carvalho (2021), em situações adversas como esta, a tendência é que os sintomas de pessoas com Transtornos Alimentares sejam agravados.

Indivíduos com sintomas subclínicos podem passar a preencher os critérios para o diagnóstico de um TA e pacientes que já estavam em fase de remissão podem voltar a apresentar padrões de alimentação sintomáticos,

com sofrimento clinicamente significativo associado (ALCKMIN-CARVALHO, 2021, p. 4).

Diferentes transtornos alimentares apresentam características diferentes durante a pandemia, segundo Alckmin-Carvalho (2021), para pacientes com anorexia nervosa tende a ser difícil lidar com situações de mudanças, risco, incerteza ou falta de controle, podendo levá-los a voltar a controlar seu peso e mediadas corporais, aderindo a comportamentos relacionados a perder peso, para aliviar a sensação de vulnerabilidade.

Já indivíduos com compulsão alimentar e bulimia nervosa, podem ser levados a um “comer emocional”, para diminuir sensações de solidão, frustração e tédio, decorrentes das medidas de restrição durante a pandemia. Além disso, as restrições de contato social e outros modos de privação associados às medidas de prevenção da COVID-19 podem produzir sensação de isolamento, solidão e tristeza, e a partir disso, o uso da comida como reforçador substituto da atenção social e afeto, operação comum nesses quadros, tende a ocorrer (ALCKMIN-CARVALHO, 2021).

Durante a pandemia, foi diminuído o acesso de pessoas com transtornos alimentares a serviços de saúde, como psicoterapia de forma presencial ou visitas ao clínico geral. Desta forma, como estratégias de enfrentamento alternativas, o estabelecimento de rotinas diárias, o planejamento do dia e atividades agradáveis foram consideradas úteis (SCHLEGL et al., 2020 apud COUTINHO et al., 2021).

Como estratégia de enfrentamento, os estudos identificaram que o impacto do COVID-19 em indivíduos com transtornos alimentares desafiam serviços e profissionais de saúde, forçando-os a construir novas formas de intervenção que respeitassem o distanciamento social. Dentre os elementos apontados pelos serviços de saúde, destaca-se a importância de identificar como a situação de confinamento traz fatores relacionados à vulnerabilidade que são mais específicos entre os pacientes com transtornos alimentares do que a população em geral. A identificação desses fatores específicos se mostrou fundamental para a prevenção do agravamento dos sintomas relacionados aos transtornos alimentares, assim como na construção de abordagens personalizadas para o tratamento desses indivíduos (COUTINHO et al., 2021, p. 10-11).

Segundo Alckmin-Carvalho (2021), as estratégias de tratamento nesse contexto devem contemplar o desenvolvimento de comportamentos alternativos com função de regulação emocional compatíveis com o contexto do paciente.

Ademais, durante períodos como esse é importante a oferta de suporte remoto pelos serviços de saúde, de forma a dar continuidade ao tratamento (CLARK BRYAN et al., 2020 apud COUTINHO et al., 2021).

Especialistas na área de TA têm recomendado uma série de medidas que podem reduzir os níveis de ansiedade e angústia desses pacientes durante

a pandemia por COVID-19. Manter os atendimentos nutricionais, psicológicos e psiquiátricos por videoconferência tem se mostrado uma estratégia segura, viável e eficaz. Atualmente sabe-se que quanto maior o nível de exposição à cobertura da mídia da crise sanitária, mais elevados parecem permanecer os níveis de ansiedade e insegurança. Assim, tem-se recomendado a exposição a informações sobre a pandemia de modo controlado e monitorado (ALCKMIN-CARVALHO, 2021, p. 5).

Apesar dos benefícios, também existem barreiras para utilização e adesão no atendimento de forma online, podendo “levar a mudanças nos modelos de cuidado e assistência, sendo necessário o desenvolvimento de estratégias que se desdobrem em métodos mais diversificados a fim de proporcionar um vínculo efetivo” (FERNÁNDEZ-ARANDA et al., 2020 apud COUTINHO et al., 2021, p. 11).

De acordo com Alckmin-Carvalho (2021), de forma a administrar a solidão sentida por muitos durante o período de isolamento e distanciamento social, encontros online, ou até mesmo presencialmente, com uso de máscaras e distanciamento devido, se mostraram importantes para a saúde emocional de pacientes com transtornos alimentares.

Também transparece a importância de monitorar o tempo de exposição a redes sociais e seus efeitos, uma vez que o uso dessas redes costuma produzir efeitos negativos relacionados à imagem corporal e à autoestima. Da mesma forma, investir em atividades de lazer, manter os horários das refeições, e fazer as refeições em ambiente diferente de onde se trabalha ou dorme, também tratam-se de medidas estimuladas para pacientes com transtornos alimentares (ALCKMIN-CARVALHO, 2021).

Desta forma, tais fatores, como o atendimento online, a avaliação do tempo em redes sociais, o foco no lazer e a preservação da rotina, são essenciais para a manutenção e tratamento de transtornos alimentares, uma vez que a pandemia representa uma mudança que tende a ser prejudicial emocionalmente aos indivíduos com transtornos alimentares.

4 METODOLOGIA

4.1 TIPO DE PESQUISA

A pesquisa realizada foi de abordagem qualitativa, de natureza exploratória e descritiva, com foco na revisão bibliográfica do tipo revisão narrativa, sobre o tema.

De acordo com Minayo (2011, p. 622), a matéria prima da abordagem qualitativa “é composta por um conjunto de substantivos cujos sentidos se complementam: experiência, vivência, senso comum e ação”.

O verbo principal da análise qualitativa é compreender. Compreender é exercer a capacidade de colocar-se no lugar do outro, tendo em vista que, como seres humanos, temos condições de exercitar esse entendimento. Para compreender, é preciso levar em conta a singularidade do indivíduo, porque sua subjetividade é uma manifestação do viver total (MINAYO, 2012, p. 623).

A pesquisa qualitativa não pode ser quantificada, não podendo ser reduzida a variáveis, pois nela estão envolvidos diversos significados, crenças, valores e atitudes (MINAYO, 2001).

Segundo Gil (2010), a pesquisa exploratória tem como objetivo desenvolver, esclarecer e modificar conceitos, recomendada quando há pouca exploração do tema escolhido, tornando difícil a elaboração de hipóteses precisas.

A pesquisa descritiva tem o propósito de descrever as características de determinada população ou fenômeno (GIL, 2010).

As pesquisas descritivas são, juntamente com as exploratórias, as que habitualmente realizam os pesquisadores sociais preocupados com a atuação prática. São também as mais solicitadas por organizações como instituições educacionais, empresas comerciais, partidos políticos, etc (GIL, 2010, p. 42).

Para Rother (2007), a revisão narrativa é adequada para discutir o desenvolvimento, adquirir e atualizar o conhecimento a respeito de determinado assunto. Constitui-se em uma análise da literatura publicada em livros, artigos, etc.

4.2 COLETA DE DADOS

A pesquisa foi de caráter bibliográfico, do tipo revisão narrativa, envolvendo a produção científica, disponível, no período de 2020-2022, sobre o tema de principais desafios encontrados por pessoas com transtornos alimentares durante a pandemia. Inicialmente, planejou-se pesquisar especificamente as estratégias de

enfrentamento utilizadas por pessoas com transtornos alimentares na pandemia, porém por conta de poucos resultados, resolveu-se mudar o ponto principal, focalizando, ao invés disso, os principais desafios encontrados.

Gil (2010, p.50) descreve a pesquisa bibliográfica como “desenvolvida a partir de material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos”. Ela permite a cobertura de uma gama de fenômenos muito mais ampla do que aquela que poderia pesquisar diretamente.

A pesquisa foi realizada por meio dos objetivos específicos propostos, conforme segue: identificar o cenário da pandemia de Covid-19 para pessoa com transtornos alimentares; descrever os principais desafios encontrados por pessoas com transtornos alimentares durante a pandemia; identificar as principais estratégias de enfrentamento utilizadas por indivíduos com transtornos alimentares na pandemia de Covid-19.

Para a seleção dos artigos, foram utilizados critérios elaborados com base na produção bibliográfica disponível, que foi identificada e selecionada por meio das palavras-chave centrais do estudo.

Na pesquisa bibliográfica, realizada na plataforma Google Acadêmico, foram encontrados 530 resultados com as palavras-chave “Transtornos Alimentares”, “Pandemia” e “Cenário”, dentre os quais 46 foram selecionados e 9 escolhidos.

Com as palavras-chave “Transtornos Alimentares”, “Pandemia” e “Dificuldades”, foram encontrados 516 resultados, dos quais 48 foram inspecionados e 4 selecionados.

Já com as palavras-chave “Transtornos Alimentares”, “Pandemia” e “Enfrentamento”, foram encontrados 394 resultados, 48 deles foram analisados e 2 selecionados.

Nos dados analisados foram encontradas três categorias, a primeira delas descreve sobre o cenário dos transtornos alimentares durante a pandemia, a segunda sobre os desafios encontrados por pessoas com transtornos alimentares durante a pandemia, e a terceira sobre as estratégias de enfrentamento de pessoas com transtornos alimentares durante a pandemia.

4.3 ANÁLISE DOS DADOS

As informações foram analisadas a partir da Análise de Conteúdo, que pode ser definida como:

Um conjunto de técnicas de análise de comunicação visando obter, por procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores (quantitativos ou não) que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção destas mensagens (BARDIN, 1979, p. 42 apud MINAYO, 2014, p. 303).

A análise de conteúdo, segundo Minayo (2014, p. 303), “diz respeito a técnicas de pesquisa que permitem tornar replicáveis e válidas inferências sobre dados de um determinado contexto, por meio de procedimentos especializados e científicos”.

5 RESULTADOS

Quadro 1 - Resultados da pesquisa

TÍTULO	ANO	AUTORES	OBJETIVO	METODOLOGIA	RESULTADOS
Saúde mental em tempos de pandemia da COVID-19: uma revisão de literatura	2021	Raquel do Carmo Hubner Moreira, et al.	Discutir a saúde mental no contexto da pandemia da doença do Coronavírus (COVID-19).	Revisão integrativa de estudos existentes na literatura médica e publicados após o início da pandemia acerca do impacto da COVID-19 sobre a saúde mental da população.	Pacientes que apresentam sofrimentos psicológicos pré-existentes têm uma suscetibilidade à piora de sintomas durante a pandemia. Dessa forma, dos pacientes com transtornos alimentares prévios, muitos tiveram piora da sintomatologia e apresentaram sintomas adicionais de ansiedade.
Intolerância à incerteza nos transtornos alimentares: revisão narrativa	2022	Samara Pereira da Silva Camargos, Jeanny Joana Rodrigues Alves de Santana	Caracterizar a intolerância à incerteza nos TA.	Revisão narrativa, buscando estudos publicados entre 2018 e 2021 nas bases PsychINFO, Web of Science e Google Acadêmico.	A análise indicou associação entre intolerância à incerteza e restrição alimentar; sensação de “perda de controle”, alterações na imagem corporal e desregulação emocional. Não há associação com sintomas relacionados a exercícios físicos, compulsão alimentar ou purgação.
A saúde do adolescente em tempos da COVID-19: scoping review	2020	Wanderlei Abadio de Oliveira, et al.	Identificar o impacto ou os efeitos da pandemia da COVID-19 na saúde dos adolescentes.	Revisão da literatura do tipo scoping review valendo-se das seguintes bases de dados: Web of Science; CINAHL; PsycINFO; SciELO;	Monitoramento de casos de transtornos alimentares foram ações percebidas como facilmente gerenciadas via telemedicina.

				PUBCOVID19.	
Pandemia COVID-19: efeitos do distanciamento social no comportamento alimentar de estudantes do estado do Ceará	2021	Leonel Francisco de Oliveira Freire, et al.	Avaliar o comportamento alimentar de estudantes de instituições de ensino público federal, situadas no interior do estado do Ceará.	Os participantes da pesquisa responderam um questionário online autoaplicável contendo perguntas referentes ao consumo de vegetais, frutas, leite e iogurtes no período anterior e durante a pandemia.	Dentre as alterações psicológicas e comportamentais pioradas pela pandemia, os transtornos alimentares ganharam ênfase. O estresse, o sofrimento psicológico e o sono irregular atuam como modificadores do comportamento alimentar, levando ao consumo excessivo de alimentos ricos em calorias.
Prevalência de pacientes com sintomas psiquiátricos no período da pandemia do Covid-19	2022	Eduardo Souza Vescovi, et al.	Estudo observacional do tipo transversal, com análise de prontuários, em um ambulatório de saúde mental de Santa Catarina. Buscou-se avaliar a prevalência de pacientes com sintomas psiquiátricos no período de pandemia de COVID19 entre agosto de 2020 e agosto de 2021.	Análise de prontuários. As informações coletadas são anônimas em sua integridade. Os dados da pesquisa foram coletados posteriormente à submissão ao comitê de ética, através de agendamento com a referida instituição.	As estatísticas mostram que os relatos de ansiedade, episódios depressivos, transtornos alimentares e de sono, pensamento suicida, dentre outros, aumentaram na população em geral, além de terem se intensificado naqueles com diagnóstico psiquiátrico prévio, evidenciando que esse antecedente é um fator de vulnerabilidade.
Influência do consumo alimentar de risco e proteção na ansiedade em estudantes universitários de uma universidade particular de	2020	José Wilson Ferreira da Silva Neto, et al.	Avaliar o consumo alimentar de risco e proteção na ansiedade de estudantes universitários de uma universidade particular de Recife/ Pernambuco em	De caráter transversal, foi realizada uma coleta de dados, através de um questionário estruturado.	Um grupo de especialistas relatou um aumento de 30% da interação direta de transtornos alimentares durante a primeira semana de isolamento, enquanto outros

Recife-PE em época de pandemia			época de pandemia.		deram informações especializada entre as interações entre o COVID-19 e a presença de um transtorno alimentar.
Os impactos da pandemia de COVID-19 no desenvolvimento da obesidade	2022	Acsa Santos Almeida, et al.	Analisar as principais evidências encontradas na literatura sobre os impactos causados pela pandemia do COVID-19, nas mudanças alimentares da população, ocasionando o aumento da obesidade durante o período de isolamento social.	Busca eletrônica por meio do levantamento de periódicos científicos nacionais e internacionais indexados nas bases de dados sobre o aumento da obesidade no período da pandemia do COVID-19.	Na pandemia, o isolamento social e o impacto econômico, contribuíram para o aumento do estresse psicológico e a dificuldade em lidar com a ameaça à saúde, o que corrobora para o descontrole alimentar, compulsão e em alguns casos, dificuldade em se alimentar
Quadro de ansiedade na pandemia COVID-19 e suas repercussões no comer emocional	2022	Larissa Fares Cordeiro, Carlos Alberto Soares Da Costa	Investigar as mudanças comportamentais ocorridas no período da pandemia do COVID-19, principalmente nos indivíduos em que apresentam quadro de ansiedade.	Revisão bibliográfica de artigos científicos e de bibliografia especializada, alcançada pelo método qualitativo de análise.	Durante a pandemia, diferentes fatores influenciaram no comportamento alimentar das pessoas. No ápice do cenário pandêmico, com a sensação de perda de controle, os indivíduos despertaram preocupações sobre seus hábitos alimentares. Verificou-se o uso do alimento como um meio de escape para enfrentar os sentimentos intensificados durante a pandemia.
Uso de abordagens online na prevenção	2021	Karin Louise Lenz Dunker, et al.	Apresentar um panorama das intervenções online de	Busca bibliográfica, identificando dezenove	Os programas trouxeram impacto na redução de

dos transtornos alimentares: Uma revisão narrativa			prevenção dos transtornos alimentares e discutir os caminhos futuros para a implementação de programas em países em desenvolvimento.	estudos que testaram abordagens online.	fatores de risco em relação à insatisfação corporal. Em momentos de crise mundial, como a pandemia, abordagens online são maneiras inteligentes de se utilizar da tecnologia para alcançar um maior número de participantes sem lhes oferecer risco.
Aspectos da Funcionalidade Psicológica em Crianças e Adolescentes com Sobrepeso e Obesidade	2021	Fernando Oliveira Pereira	Estudo de aspectos da funcionalidade psicológica em crianças e adolescentes com sobrepeso e obesidade.	Investigação quantitativa de tipo quasi-experimental e abordagem comparativa entre dois grupos: experimental e controle..	Os participantes da pesquisa relataram na entrevista que a pandemia não levou a mudanças significativas no seu estilo de vida e não se sentiram afetados, tendo mantido atividade física.
Compulsão alimentar	2020	Larissa Sasso Bernardi, et al.	Abordar a questão da interdisciplinaridade da psicologia e nutrição, trabalhando a questão da compulsão alimentar e as possíveis dimensões orgânicas e psíquicas.	Revisão bibliográfica de autores que trabalham os transtornos alimentares, especificamente a compulsão alimentar.	Por conta do isolamento social, faz-se possível uma relação com o desencadeamento de compulsões alimentares, uma vez que é um fator estressante estar sem convívio social e com medo do futuro. Sem poder buscar um objeto que o satisfaça fora de casa, o sujeito obtém o alimento como esse objeto, por meios acessíveis, usando a comida como um mecanismo de defesa.
Comportamento de risco para transtornos	2021	Gabriela Lima Da Silva, Giovanna Andrade	Analisar a percepção da imagem corporal e	Pesquisa de caráter transversal, desenvolvida	Da amostra, 74% não apresentaram preocupação com a imagem

<p>alimentares em estudantes de graduação em saúde em uma faculdade do Nordeste brasileiro após o isolamento social e a disseminação do Corona Vírus</p>		<p>Souza Almeida</p>	<p>comportamentos de risco para transtornos alimentares em acadêmicos de saúde, de uma faculdade de saúde em Recife após o período de isolamento social devido à pandemia do COVID-19.</p>	<p>entre março de 2020 e março de 2021. Compreende estudantes entre 18 a 40 anos, matriculados em uma faculdade de saúde do Nordeste brasileiro. A coleta de dados foi realizada através do questionário eletrônico Lime Survey®, com aplicação de Critério de Classificação Econômica Brasil da ABEP, Body Shape Questionnaire (BSQ), Eating Attitudes Test-26 (EAT-26) e formulários previamente estruturados para a coleta de dados pessoais.</p>	<p>corporal. 18% alegaram que não sofreram impacto na sua alimentação com o isolamento social e 82,2 % sofreram impacto. Dos que sofreram impacto, 47% alegam que o impacto na alimentação foi regular. Identificou-se correlação entre as pontuações na escala BSQ e na escala EAT-26, correlação entre as mudanças na alimentação pelo isolamento social promovido pela pandemia e maiores pontuações na escala BSQ e correlação entre as escalas EAT-26 e BSQ e o nível de impacto na alimentação na pandemia.</p>
<p>Transtorno de compulsão alimentar em tempos de covid-19: uma revisão sistemática</p>	<p>2021</p>	<p>Júlia Fazenda Viebrantz</p>	<p>Realizar uma revisão sistemática para avaliar o impacto que a pandemia de COVID-19 causou em pessoas com transtorno de compulsão alimentar.</p>	<p>Revisão sistemática. A busca na literatura publicada foi realizada nas bases de dados PubMed, EMBASE, PsycINFO, Scopus e Web Of Science. Os critérios de inclusão foram ensaios clínicos randomizados que tratam sobre transtorno de compulsão alimentar durante a pandemia de COVID-19, publicados no período de janeiro de 2020 a outubro de 2021.</p>	<p>Os estudos abordaram o impacto negativo da pandemia, destacando as pessoas com transtorno alimentares. Dois estudos não obtiveram na amostra número relevante de pessoas com transtorno de compulsão alimentar; um estudo notou que um pequeno grupo de pessoas com transtorno de compulsão alimentar se beneficiaram do isolamento social junto a família. Todos os estudos</p>

					afirmam a necessidade de suporte especial em indivíduos com transtorno alimentar.
Pandemia de covid-19 e compulsão alimentar: possibilidades de tratamento com a terapia cognitivo-comportamental (TCC)	2021	Júlia Leite Carneiro Vianna, Alana Augusta Concesso de Andrade	Sistematização do conhecimento em relação aos impactos psicológicos do distanciamento nos indivíduos que estão predispostos a desenvolver o comer compulsivo.	Revisão narrativa da literatura, pesquisa exploratória, teórica e bibliográfica, com base em leituras e análise de materiais publicados.	Relacionou efeitos psicológicos e físicos e o distanciamento social. Características ansiosas foram intensificadas por conta do distanciamento. Em alguns casos, o comer compulsivo foi uma forma de reduzir a ansiedade, gerando um ciclo vicioso.
Percepção da autoimagem corporal e risco para transtornos alimentares em adolescentes de 11 a 17 anos de idade	2022	Cleita Keliane do Nascimento Silva	Identificar os comportamentos de risco para Transtornos Alimentares (TAs), correlacionar com a idade, sexo e imagem corporal de adolescentes.	Estudo exploratório do tipo transversal, desenvolvido com adolescentes de diferentes localidades do Brasil.	A adolescência é uma fase marcada por intensas mudanças biopsicossociais e quando atrelado ao período de pandemia pode favorecer o surgimento de transtornos alimentares.

Para a realização desta pesquisa foram utilizados e analisados 15 estudos, entre artigos e dissertações, publicados entre agosto de 2020 e julho de 2022, que envolvam o tema de transtornos alimentares durante a pandemia. Por ser um tema recente, nem todos têm como foco principal o tema de transtornos alimentares na pandemia, trazendo o assunto brevemente. Porém, todas foram encontradas através da busca pelas palavras-chaves.

O quadro acima agrupa as 15 publicações na ordem em que foram encontradas e analisadas, trazendo os títulos, ano de publicação, autores, objetivos, metodologia utilizada, e resultados encontrados.

6 DISCUSSÃO

Nessa seção serão discutidos os resultados obtidos através da literatura analisada.

A discussão será organizada de acordo com as seguintes categorias: o cenário da pandemia de COVID-19 para pessoas com transtornos alimentares, os principais desafios encontrados durante a pandemia por pessoas com transtornos alimentares, e as estratégias de enfrentamento utilizadas por pessoas com transtornos alimentares durante a pandemia.

6.1 O CENÁRIO DA PANDEMIA PARA PESSOAS COM TRANSTORNOS ALIMENTARES

Doze dos quinze artigos analisados concordam que a pandemia de COVID-19 e consequente o isolamento social representaram um grande impacto para pessoas com transtornos alimentares, além da possibilidade de desencadeamento de novos sintomas.

A respeito do cenário da pandemia de COVID-19 para pessoas com transtornos alimentares, Moreira et al. (2021) suscitam que pacientes que com transtornos psiquiátricos pré-existent, apresentaram suscetibilidade à piora dos seus sintomas durante a pandemia, sendo que dos pacientes com transtornos alimentares prévios, 37,5% tiveram piora da sintomatologia e 56,7% apresentaram sintomas adicionais de ansiedade.

O aumento na disponibilidade de alimentos, somado ao maior tempo em casa, disponibilidade para cozinhar e à ociosidade, pode contribuir para a adoção de novos hábitos alimentares mais saudáveis, mas também para o excesso no consumo de calorias e o comer compulsivo. Durante a pandemia, é natural o aumento de sintomas de ansiedade e depressão, que são fatores de risco para a fome emocional e o comer compulsivo (SILVA; ALMEIDA, 2021, p. 10).

As estatísticas trazidas por Vescovi et al. (2022), mostram que os relatos de transtornos alimentares aumentaram na população em geral, além de terem se intensificado naqueles com diagnóstico psiquiátrico prévio, evidenciando que esse antecedente é um fator de vulnerabilidade. Silva Neto et al. (2020, p. 13) relataram “um aumento de 30% da interação direta de transtornos alimentares durante a primeira semana de isolamento”.

Dentro do psicodrama, o indivíduo é concebido como um ser de relação, sendo o vínculo considerado como a matriz da própria individualidade humana. Essa concepção coloca o Psicodrama como referencial teórico privilegiado para tratar do vínculo interpessoal, sendo algo que muitas vezes não estava presente durante o isolamento social (CARVALHO; POLITANO; FRANCO, 2008 apud RAMOS et al., 2016).

As mudanças no convívio social causadas pela pandemia de COVID-19 elevaram os níveis de ansiedade, que favorece o desencadeamento de outros transtornos, sendo a compulsão alimentar um dos mais evidentes durante esse período (ALMEIDA, 2022).

A compulsão alimentar é caracterizada por Viebrantz (2021) como composta por episódios em que acontece ingestão de uma grande quantidade de alimento, definitivamente maior do que a maioria das pessoas comeria no mesmo período, além de sensação de perda de controle sobre o consumo durante o episódio. Também existe o sentimento de culpa por parte do indivíduo após o comer (HILUY, 2019).

No psicodrama, segundo Silva (2010, p. 43 apud GUIMARÃES; NERY, 2021), é considerado que o indivíduo com compulsões alimentares acredita que através da ingestão de mais comida vai conseguir descarregar a tensão a respeito das faltas psicológicas que causam a sensação de insatisfação.

Dessa forma, a compulsão alimentar está associada a perturbações emocionais intensas e o psicodrama pode ser utilizado com o objetivo de liberação da espontaneidade e da expressão emocional, de modo a reduzir essas perturbações (VIEIRA; TORRES; MOITA, 2013 apud RAMOS et al., 2016).

No psicodrama, segundo Carvalho, Politano e Franco (2008 apud RAMOS et al., 2016), o homem é concebido como um ser de relação, atuante no aqui e agora, e deve ser entendido e tratado na interação com o outro, o que pode explicar os efeitos negativos da falta de convívio social durante a pandemia. Como trazido por Guimarães e Nery (2021), a família e meios sociais apresentam uma notável influência e tem grande responsabilidade no desenvolvimento biopsicossocial do sujeito. Esse meio social pode levar à promoção de saúde ou ao adoecimento.

Além disso, impactos foram percebidos na suspensão de rotina e mudanças nas atividades físicas por conta da pandemia (VUILLIER et al., 2021 apud CAMARGOS; SANTANA, 2022).

Por outro lado, a pesquisa feita por Pereira (2021), trouxe que os indivíduos entrevistados relataram não terem tido mudanças significativas no seu estilo de vida e não se sentirem afetados pela pandemia, tendo mantido atividade física, realizada em outras condições, por conta das medidas de proteção.

No geral, percebe-se que a maioria dos estudos aponta para um impacto na vida dos indivíduos relacionado à pandemia e aos hábitos alimentares, podendo desencadear ou agravar quadros de transtornos alimentares, sendo a compulsão alimentar um dos transtornos mais citados pelos autores.

6.2 PRINCIPAIS DESAFIOS ENCONTRADOS

Quanto aos principais desafios encontrados por pessoas com transtornos alimentares durante a pandemia, o isolamento social e o impacto econômico contribuíram para o aumento do estresse psicológico, o que pode levar ao descontrole alimentar, compulsão e dificuldade em se alimentar. O fechamento de academias também levou à limitação das pessoas motivadas a praticar exercícios regularmente (ALMEIDA et al., 2022). Além disso, de acordo com Moreira et al. (2021), as restrições de movimento e isolamento social podem interferir na continuidade do tratamento dos pacientes psiquiátricos ao restringir o acesso aos medicamentos necessários.

Segundo Freire et al. (2021, p. 2):

O distanciamento social gera uma série de efeitos psicológicos negativos em pacientes com transtornos mentais pré existentes ou não. Dentre as alterações psicológicas e comportamentais, os transtornos alimentares ganharam ênfase nessa fase. O estresse, o sofrimento psicológico e o sono irregular, presentes em uma ampla parcela de pessoas, atuam como agentes modificadores do comportamento alimentar, levando ao consumo excessivo de bebidas açucaradas, alimentos ricos em calorias e ao aumento no número de lanches entre as refeições.

Bernardi et al. (2020, p. 3) fazem uma relação entre o isolamento social e o desencadeamento de compulsões alimentares, considerando estar sem convívio social e com medo do futuro como fator estressante. “Nesse sentido, sem poder buscar um objeto que o satisfaça parcialmente fora de casa, o sujeito obtém o alimento como esse objeto”, usando a comida como mecanismo de defesa frente à solidão e incerteza. Similarmente, Freire et al. (2020) reforçam que o comer emocional se tornou comum durante a pandemia. A associação entre emoções e consumo alimentar durante o período de isolamento social pode desencadear

episódios de compulsão alimentar, sendo mais intenso entre pessoas do sexo feminino e com excesso de peso prévio.

Conduitas conservadas, como adotar práticas compensatórias após as compulsões alimentares, bloqueiam a espontaneidade-criatividade e anulam a expressão do eu. Isso leva ao sentimento de frustração e descontentamento consigo mesmo, promovendo a autoagressividade (GUIMARÃES; NERY, 2021).

A compulsão alimentar pode levar o indivíduo acreditar que ao consumir uma quantidade maior de alimentos será possível aliviar a tensão vinda das faltas psicológicas que causam a sensação de insatisfação (SILVA, 2010 apud GUIMARÃES; NERY, 2021).

A pandemia de Covid-19 foi estudada como potencial gatilho de intensificação da relação entre intolerância à incerteza e transtornos alimentares. A ansiedade devido à pandemia foi associada especialmente ao comportamento compulsivo. Os indivíduos que apresentaram níveis mais elevados de intolerância à incerteza demonstraram mais ansiedade e sintomas de transtornos alimentares (SCHARMER et al., 2020 apud CAMARGOS; SANTANA, 2022).

Os impactos de curto e longo prazo da ansiedade e do estresse aguçados pela pandemia também podem ser gatilhos conhecidos presentes no comer emocional e outras atitudes e comportamentos alimentares inadequados. [...] as mudanças de hábitos rotineiros foi uma forma de contribuir para esses efeitos também, visto que as pessoas acabaram ficando privadas em poder ter sua rede de apoio social e emocional (RODGERS et al., 2021 apud CORDEIRO; COSTA, 2022).

Viebrantz (2021) indica que as transformações causadas pela pandemia representam grandes adversidades, principalmente nas pessoas com transtornos mentais, pois são mais afetadas por estressores externos, especialmente pessoas com transtornos alimentares, que tendem a usar mais regulação emocional disfuncional.

Em relação a sintomas de anorexia nervosa, Schlegl et al. (2020 apud CAMARGOS; SANTANA, 2022) indicam uma piora nos sintomas já existentes, porém sem demonstrar surgimento de novos sintomas.

A anorexia nervosa é caracterizada como um transtorno no comportamento alimentar com a distorção da autoimagem corporal, envolvendo restrição alimentar autoimposta, padrões obsessivo-compulsivos e crenças irracionais (FERREIRA, 2018). Além disso, Carmo, Pereira e Cândido (2014) expressam que na anorexia nervosa há a perda de peso intensa e intencional, dietas restritivas e busca desenfreada pela magreza.

Também houve piora na qualidade de vida, aumento nos sintomas de depressão e ansiedade. A intolerância à incerteza foi associada com depressão, desejo de magreza e insatisfação corporal. Os autores afirmam que as pessoas focam a atenção no peso e forma corporal como uma estratégia inadequada para lidar com o aumento da depressão e ansiedade, e com a intolerância à incerteza (SCHLEGL et al., 2020 apud CAMARGOS; SANTANA, 2022, p. 257).

No psicodrama, o conceito da Matriz de Identidade é formado também por normas sociais, sendo influenciado pelos padrões de beleza em que a magreza representa um ideal de beleza feminina (SOBREIRA, 2008). Sendo assim, é importante lembrar que transtornos alimentares são considerados predominantemente femininos (HERCOWITZ, 2015 apud COPETTI; QUIROGA, 2018).

“A incerteza em relação ao momento e a ansiedade associados à pandemia, somadas às mudanças específicas do peso e da forma do corpo podem colaborar para o aumento dos sintomas relacionados ao transtorno alimentar” (VIANNA, ANDRADE, 2021, p. 323).

Já Silva (2022), expressa que a pandemia pode favorecer o surgimento de transtornos alimentares principalmente em adolescentes, independentemente do estado nutricional e aspectos socioeconômicos.

Ainda assim, características da personalidade são mais significativas na determinação do risco de comportamento compulsivo e sintomas de transtornos alimentares do que os fatores de ansiedade relacionados à COVID-19. Dessa forma, o impacto da ansiedade devido à pandemia é comparado a eventos traumáticos, que também podem causar sintomas compulsivos (CAMARGOS; SANTANA, 2022).

Segundo os estudos, o isolamento social, a interrupção da rotina, a incerteza e ansiedade causada pelo cenário de insegurança, a privação de uma rede de apoio, foram citados como os principais desafios encontrados por pessoas com transtornos alimentares durante a pandemia de COVID-19.

6.3 ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO UTILIZADAS

Com relação às estratégias de enfrentamento utilizadas por, ou sugeridas a, pessoas com transtornos alimentares durante a pandemia, Oliveira et al. (2020) notou a relativa facilidade de casos de transtornos alimentares serem monitorados através da telemedicina. Assim como Dunker et al. (2021, p. 3), que reforçam abordagens online como uma maneira inteligente de “alcançar um maior número de

participantes sem lhes oferecer risco”, notando também a utilidade de manter este modelo mesmo após a pandemia “uma vez que foram evidenciados desfechos positivos com esse tipo de abordagem, além do baixo custo e da não sobrecarga no sistema de saúde pública”.

Apesar da diminuição do acesso à psicoterapia presencial e das visitas presenciais ao clínico geral, apenas um em cada cinco pacientes relatou que seu tratamento foi profundamente prejudicado pela pandemia. Houve adaptações aos tratamentos remotos para cerca de 35% dos pacientes. A manutenção do tratamento e a diminuição das consultas presenciais, cujo ponto positivo foi a diminuição da checagem de peso, favoreceram a manutenção do peso em algumas participantes (SCHLEGL et al., 2020 apud CAMARGOS; SANTANA, 2022, p. 257).

Neste caso de tratamento psicoterápico para transtornos alimentares, mesmo sendo mediado por tecnologias, o psicodrama permite estabelecer uma relação entre a desordem alimentar e os fatores causadores que prejudica a autoestima do indivíduo e sua relação com a imagem, podendo reexaminar práticas que possam ser modificadas (APLEWICZ; BEST; CAMARGO, 2018). Além disso, no tratamento de transtornos alimentares o psicodrama é utilizado para desenvolver o protagonismo do sujeito e sua autonomia no tratamento (RAMOS et al., 2016).

Identificando a fase de desenvolvimento da Matriz de Identidade que o indivíduo se encontra, é possível auxiliar na vivência existencial de seus próprios comportamentos, sem efetuar involuntariamente as normas e padrões de beleza determinados pela sociedade (SOBREIRA, 2008, p. 5).

Na psicoterapia psicodramática, pode haver a descoberta dos papéis patológicos, encobertos pelos sintomas, por meio da dramatização. O indivíduo pode descobrir que os transtornos alimentares possuem vários papéis como: o de amigo, o de confortador, o de fortalecedor, ou o de punidor (RAMOS, 2013).

Silva (2022, p. 29) sugere ser necessário a disseminação de estratégias de enfrentamento em escolas, discutindo sobre a temática, “oferecendo momentos/espços ou rodas de conversas para os estudantes adolescentes possam expor seus sentimentos e dúvidas”, uma vez que considera o público adolescente como um dos mais suscetíveis ao surgimento de transtornos alimentares. Reforça, também, o papel da família na identificação e orientação para a prevenção de transtornos alimentares.

Através dos estudos analisados percebe-se a importância do tratamento médico e psicoterápico para indivíduos com transtornos alimentares como estratégia de enfrentamento, mesmo que de forma online, durante o período de isolamento

social, além de ser essencial a discussão e disseminação de conhecimentos a respeito, para que os transtornos alimentares sejam melhor combatidos, sendo importante, também, contar com uma rede de apoio.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa teve como objetivo identificar e descrever os principais desafios encontrados por pessoas com transtornos alimentares durante a pandemia.

Inicialmente, o objetivo principal seria identificar as estratégias de enfrentamento utilizadas por pessoas com transtornos alimentares, mas por ser uma temática recente, ainda é pouco pesquisado, e não houveram respostas suficientes a respeito.

A partir da revisão da literatura constata-se parte da magnitude do impacto do cenário da pandemia e isolamento social percebido no comportamento alimentar, autoimagem, ansiedade e depressão, que levam ao desencadeamento ou piora sintomatológica de transtornos alimentares.

Segundo a literatura analisada, o cenário da pandemia desencadeou piora de sintomas em pacientes com transtornos alimentares, também causando sintomas de ansiedade e depressão, fatores de risco para transtornos alimentares, especialmente o comer compulsivo. Da mesma forma, relatos de transtornos alimentares aumentaram na população em geral. O impacto do meio social, ou suas restrições, pode levar à promoção de saúde ou ao adoecimento. O período pandêmico também repercutiu em mudanças na rotina e causou obstáculos na prática de exercícios físicos.

Segundo Almeida et al. (2021), o isolamento social e o impacto econômico representaram grandes desafios para todos, contribuindo para o aumento do estresse, o que pode levar ao descontrole alimentar, compulsão e dificuldade em se alimentar. Além disso, o fechamento de academias e locais de atividades físicas também levou à limitação das pessoas motivadas a praticar exercícios. As restrições de movimento também implicaram uma interferência na continuidade do tratamento dos pacientes psiquiátricos.

A falta de convívio social e o medo do futuro são considerados fatores estressantes para compulsões alimentares, sendo a comida usada como mecanismo de defesa frente à solidão e incerteza. Da mesma maneira, o comer emocional se tornou comum durante a pandemia (FREIRE et al., 2020).

Além disso, tornou-se evidente a partir da pesquisa que a população feminina e jovem é mais afetada pela imposição de padrões de beleza pela mídia e pela sociedade.

Camargo e Santana (2022), porém, reforçam que características da personalidade têm mais importância na determinação do risco de comportamento compulsivo e sintomas de transtornos alimentares do que a ansiedade relacionada ao COVID-19, sendo o estresse causado pela pandemia considerado como fator desencadeante.

Os principais desafios encontrados por pessoas com transtornos alimentares durante a pandemia, de acordo com a pesquisa foram: o isolamento social, a interrupção da rotina, a incerteza e ansiedade causada pelo cenário de insegurança, a privação de uma rede de apoio, a dificuldade de acesso a medicamentos e locais de prática de exercícios físicos.

Durante a fase de isolamento social, muitos estudos trouxeram a relativa facilidade em realizar o tratamento para transtornos alimentares através de abordagens online, sendo consideradas uma maneira efetiva de monitorar tais casos. Silva (2022) também sugere disseminação de informações na escola e entre famílias como essencial, principalmente em casos de evitar que crianças e adolescentes desenvolvam transtornos alimentares.

Pesquisas mais aprofundadas sobre o tema continuam sendo necessárias, pois é importante a compreensão multiprofissional sobre o comportamento humano relacionado a transtornos alimentares e ao contexto pandêmico, sendo preciso se estudar os efeitos e impactos deixados pela pandemia e o isolamento social no comportamento alimentar e autoimagem.

REFERÊNCIAS

ALCKMIN-CARVALHO, Felipe. Impacto da pandemia por COVID-19 em pacientes com transtornos alimentares: considerações para profissionais de saúde mental. **Rev. Bras. Psicoter.**, Porto Alegre, v. 23, n. 1, p. 3-7, 2021. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/porta1/resource/pt/biblio-1349406>. Acesso em: 4 abr. 2022.

ALMEIDA, Acsa Santos et al. **Os impactos da pandemia de covid-19 no desenvolvimento da obesidade**. 2022. 30p. Trabalho de Conclusão de Curso - Universidade Salvador (Bacharelado em Nutrição), 2022.

American Psychiatric Association. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. Porto Alegre: Artmed, 2014.

AMORAS, Dinah Ribeiro et al. Caracterização dos transtornos alimentares e suas implicações na cavidade bucal. **Rev Odontol UNESP**, Araraquara, v. 39, n. 4, p. 241-245, 2010. Disponível em: <http://host-article-assets.s3.amazonaws.com/rou/588018b27f8c9d0a098b4d88/fulltext.pdf>. Acesso em: 20 jun. 2022.

APLEWICZ, Carlos Roberto; BEST, Rosemary de; CAMARGO, Simone Maria Dias. **A visão de saúde mental dentro do psicodrama de Jacob Levy Moreno**. 2018. Disponível em: <https://anais.unicentro.br/cis/pdf/iv1n1/31.pdf>. Acesso em: 6 jun. 2022.

BARROS, Luan Buralli da Costa; PONTES, Thays Gonçalves; SILVA, Maria Cláudia. **Distúrbios de imagem corporal causados pelas mídias sociais durante a pandemia em jovens adultos**. 2021. 33 p. Trabalho de Conclusão de Curso - Faculdade De Ciências da Educação e Saúde, Curso de Nutrição, 2021. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/handle/prefix/15381>. Acesso em: 6 jun. 2022.

BERNARDI, Larissa Sasso. Compulsão alimentar. *In*: XXVIII Seminário De Iniciação Científica, Ijuí, 2020.

CAMARGOS, Samara Pereira da Silva; SANTANA, Jeanny Joana Rodrigues Alves de. Intolerância à incerteza nos transtornos alimentares: revisão narrativa. **INFAD Revista de Psicologia**, v. 1, n. 1, p. 249-260, 2022.

CARMO, Cristiane Costa do; PEREIRA, Priscila Moreira de Lima; CÂNDIDO, Ana Paula Carlos. Transtornos Alimentares: uma revisão dos aspectos etiológicos e das principais complicações clínicas. **HU Revista**, Juiz de Fora, v. 40, n. 3, p. 173-181, 2014. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/hurevista/article/view/2439>. Acesso em: 20 jun. 2022.

CARVALHO, Renata Silva de; AMARAL, Ana Carolina Soares; FERREIRA, Maria Elisa Caputo. Transtornos alimentares e imagem corporal na adolescência: uma análise da produção científica em psicologia. **Psicologia: Teoria e Prática**, v. 11, n. 3, p. 200-223, 2009. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/ptp/v11n3/v11n3a15.pdf>. Acesso em: 6 jun. 2022.

COPETTI, Aline Vieira Sá; QUIROGA, Carolina Villanova. A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. **Revista de Psicologia da IMED**, Passo Fundo, vol. 10, n. 2, p. 161-177, 2018. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpi/v10n2/11.pdf>. Acesso em 6 jun. 2022.

CORDEIRO, Larissa Fares; COSTA, Carlos Alberto Soares Da. Quadro de ansiedade na pandemia covid-19 e suas repercussões no comer emocional. **Revista REWISE**, v. 9, p. 352-360, 2022.

COUTINHO, Carolina de Oliveira et al. O impacto da pandemia de COVID-19 nos transtornos alimentares e seu tratamento: uma revisão integrativa da literatura. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 10, p. 1-14, 2021. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/19015>. Acesso em: 4 abr. 2022.

CUKIER, Rosa. **Psicodrama bipessoal: sua técnica, seu terapeuta e seu paciente**. São Paulo, Ágora, 1992.

DUNKER, Karin Louise Lenz et al. Uso de abordagens online na prevenção dos transtornos alimentares: Uma revisão narrativa. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 9, 2021.

FERREIRA, Talita Dantas. Transtornos alimentares: principais sintomas e características psíquicas. **Rev. Uningá**, Maringá, v. 55, n. 2, p. 169-176, 2018. Disponível em: <https://revista.uninga.br/uninga/article/view/176>. Acesso em: 20 jun. 2022.

FONSECA, José de Souza. **Psicodrama da loucura: correlações entre Buber e Moreno**. São Paulo: Ágora, 1980.

FREIRE, Leonel Francisco de Oliveira et al. Pandemia COVID-19: efeitos do distanciamento social no comportamento alimentar de estudantes do estado do Ceará. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 11, 2021.

GIL, Antonio C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2010.

GONÇALVES, Camila Salles; WOLFF, José Roberto; ALMEIDA, Wilson Castello de. **Lições de Psicodrama: introdução ao pensamento de J. L. Moreno**. São Paulo: Ágora, 1988.

GUIMARÃES, Juliana Soares; NERY, Maria da Penha. Psicodrama, bulimia nervosa na adolescência e afetividade. **Rev. Bras. Psicodrama**, São Paulo, v. 29, n. 1, p. 36-46, 2021. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicodrama/v29n1/05.pdf>. Acesso em: 20 jun. 2022.

HILUY, João C. et al. Os transtornos alimentares nos sistemas classificatórios atuais: DSM-5 E CID-11. **Debates em Psiquiatria**, v. 9, n. 3, p. 6-13, 2019. Disponível em: <https://revistardp.org.br/revista/article/view/49>. Acesso em: 20 jun. 2022.

LIMA, Nádia Laguárdia de; ROSA, Carla de Oliveira Barbosa; ROSA, José Francisco

- Vilela. Identificação de fatores de predisposição aos transtornos alimentares: anorexia e bulimia em adolescentes de Belo Horizonte, Minas Gerais. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 12, n. 2, p. 360-378, 2012. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/epp/v12n2/v12n2a03.pdf>. Acesso em: 4 jun. 2022.
- MINAYO, Maria Cecília de Souza. Análise qualitativa: teoria, passos e fidedignidade. **Ciênc. Saúde Coletiva**, v. 17, n. 3, p. 621-626, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/39YW8sMQhNzG5NmpGBtNMFf/?lang=pt>. Acesso em: 4 abr. 2022.
- MINAYO, Maria Cecília de Souza. **Pesquisa Social: teoria, método e criatividade**. 18 ed. Petrópolis: Vozes, 2001. Disponível em: http://www.faed.udesc.br/arquivos/id_submenu/1428/minayo__2001.pdf. Acesso em: 4 abr. 2022.
- MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 14 ed. São Paulo: Hucitec, 2014.
- MOREIRA, Raquel do Carmo Hubner et al. Saúde mental em tempos de pandemia da COVID-19: uma revisão de literatura. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 12, n. 12, 2021.
- NUNES, Livia Garcia; SOUZA, Maria Cristiana Silva; SOUZA, Anelise Andrade de. Fatores de risco associados ao desenvolvimento de bulimia e anorexia nervosa em estudantes universitários: uma revisão integrativa. **HU Revista**, Juiz de Fora, v. 43, n. 1, p. 61-69, 2017. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/hurevista/article/view/2629/916>. Acesso em: 4 jun. 2022.
- NUNES, Roseli Coutinho dos Santos; ARANTES, Valério José. A trajetória do psicodrama pedagógico em Campinas - SP. **Rev. Fac. Educ.**, v. 19, n.1, p. 111-128, 2013. Disponível em: <https://periodicos.unemat.br/index.php/ppgedu/article/view/4003>. Acesso em: 20 jun. 2022.
- OLIVEIRA, Wanderlei Abadio de et al. A saúde do adolescente em tempos da COVID-19: scoping review. **Cad. Saúde Pública**, v. 36, n. 8, 2020.
- PEREIRA, Fernando Oliveira. Aspectos da Funcionalidade Psicológica em Crianças e Adolescentes com Sobrepeso e Obesidade. **Pluralidades em Saúde Mental**, v. 10, n. 1, P. 111-128, 2021.
- RAMOS, Tatiane Mitleton Borges. **Acolhimento e vínculo na assistência de pessoas com diagnóstico de transtornos alimentares**. 2013. 331 p. Tese (Doutor em Ciências) - Programa de Pós-Graduação Enfermagem Psiquiátrica, 2013. Disponível em: <https://teses.usp.br/teses/disponiveis/22/22131/tde-17012014-101243/pt-br.php>. Acesso em: 20 jun. 2022.
- RAMOS, Tatiane Mitleton Borges, et al. O vínculo entre profissional de saúde e pessoas com transtornos alimentares. **Rev. Bras. Psicodrama**, São Paulo, v. 24,

n.1, p. 34-43, 2016. Disponível em:
<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicodrama/v24n1/v24n1a05.pdf>. Acesso 19 out. 2022.

ROTHER, Edna Terezinha. Revisão sistemática x revisão narrativa. **Acta Paul Enferm.**, v. 20, n. 2 p. 5-6, 2007. Disponível em:
<https://acta-ape.org/en/article/systematic-literature-review-x-narrative-review/>. Acesso em: 6 jun. 2022.

SILVA, Cleita Keliane do Nascimento. **Percepção da autoimagem corporal e risco para transtornos alimentares em adolescentes de 11 a 17 anos de idade**. 2022. 41p. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Nutrição) - Universidade Federal de Campina Grande, 2022.

SILVA, Gabriela Lima da; ALMEIDA, Giovanna Andrade Souza. **Comportamento de risco para transtornos alimentares em estudantes de graduação em saúde em uma faculdade do Nordeste brasileiro após o isolamento social e a disseminação do Corona Vírus**. 2021. 32 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Nutrição) - Faculdade Pernambucana de Saúde, 2021. Disponível em:
<https://tcc.fps.edu.br/handle/fpsrepro/990#:~:>. Acesso em: 4 abr. 2022.

SILVA NETO, José Wilson Ferreira da et al. **Influência do consumo alimentar de risco e proteção na ansiedade em estudantes universitários de uma universidade particular de Recife-PE em época de pandemia**. 2020.

SOBREIRA, Celina Dias Borges. **Relação entre percepção auto-referida da imagem corporal de estudantes universitários da área de saúde e desenvolvimento da identidade corporal: um olhar psicodramático**. 2008. Disponível em: http://www.sedes.org.br/Departamentos/Psicodrama/Imagem_Corporal_CelinaSobreira.pdf. Acesso em: 24 out. 2022.

TIRICO, Patrícia Passarelli; STEFANO, Sérgio Carlos; BLAY, Sergio Luís. Qualidade de vida e transtornos alimentares: uma revisão sistemática. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 26, n. 3, p. 431-449, 2010. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/csp/a/MpsxpBxsBhDRYyZC7JGSyRM/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 4 jun. 2022.

VESCOVI, Eduardo Souza et al. Prevalência de pacientes com sintomas psiquiátricos no período da pandemia do COVID-19. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v.8, n.6, p. 45693-45703,2022.

VIANNA, Júlia Leite Carneiro; ANDRADE, Alana Augusta Concesso de. Pandemia de COVID-19 e compulsão alimentar: possibilidades de tratamento com a Terapia Cognitivo- Comportamental (TCC). **Cadernos De Psicologia**, Juiz de Fora, v. 3, n. 5, p. 315-333, 2021.

VIEBRANTZ, Júlia Fazenda. **Transtorno de compulsão alimentar em tempos de COVID-19: uma revisão sistemática**. 2021. 21 p. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Nutrição) - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Faculdade de Medicina, Departamento em Nutrição, 2021. Disponível em:
<https://lume.ufrgs.br/handle/10183/233332>. Acesso em: 4 abr. 2022.